

# Unchain My Heart



[www.country-stafke.be](http://www.country-stafke.be)

Choreografie	:	Judy Rodgers
Vertaling	:	Stafke Peeters
Soort Dans	:	4 muren lijdans
Niveau	:	Improver
Tellen	:	32
Intro	:	8 tellen, start met de guitar beat
Muziek	:	"Unchain My Heart" by Joe Cocker

## **S 1/ Anchor Step, Shuffle Back, Turn 1/2 Right, Turn 1/4 Right, Sailor Step;**

1	RV	stap gekruist achter LV
&	LV	stap ter plaatse
2	RV	stapje achter
3	LV	stap achter
&	RV	stap naast LV
4	LV	stap achter
5	RV	1/2 draai R-om, stap voor (6)
6	LV	1/4 draai R-om, stap opzij (9)
7	RV	stap gekruist achter LV
&	LV	stap opzij
8	RV	stap opzij

## **S 2/ Cross, Turn 1/4 Left, Shuffle Back, Back Rock-Recover, Kick Ball Step;**

1	LV	stap gekruist over RV
2	RV	1/4 draai L-om, stap achter (6)
3	LV	stap achter
&	RV	stap naast LV
4	LV	stap achter
5	RV	rock achter
6	LV	gewicht terug
7	RV	kick voor
&	RV	stap op bal v/d naast LV
8	LV	stap voor*

**\*Restartpunt 9e muur (6)**

## **S 3/ Rolling Vine with Chassé, Cross Rock, Turn 1/4 Left, Walk, Walk;**

1	RV	1/4 draai R-om, stap voor (9)
2	LV	1/2 draai R-om, stap achter (3)
3	RV	1/4 draai R-om, stap opzij (6)
&	LV	stap naast RV
4	RV	stap opzij
5	LV	rock gekruist over RV
6	RV	gewicht terug
7	LV	1/4 draai L-om, stap voor (3)
8	RV	stap voor

## **S 4/ Mambo Step, Back Rock, Recover, Kick Out-Out, Bump, & Bump, Bump;**

1	LV	rock voor
&	RV	gewicht terug
2	LV	stap achter
3	RV	rock achter
4	LV	gewicht terug
5	RV	kick voor
&	RV	stap opzij (out)
6	LV	stap opzij (out)
7		bump heupen links
&		bump heupen rechts
8		bump heupen links

## **Begin Opnieuw**

[www.country-stafke.be](http://www.country-stafke.be)